

Sa'îd
al-Qahtânî

LE DHIKR
DU MATIN & DU SOIR
TIRÉ DU CORAN ET DE LA SUNNA



أذكار الصباح والمساء

Français - Arabe
Phonétique

H ÉDITIONS


بسم الله الرحمن الرحيم

أَذْكَارُ الصَّبَاحِ وَالمَسَاءِ

مِنَ الكِتَابِ وَالسُّنَّةِ

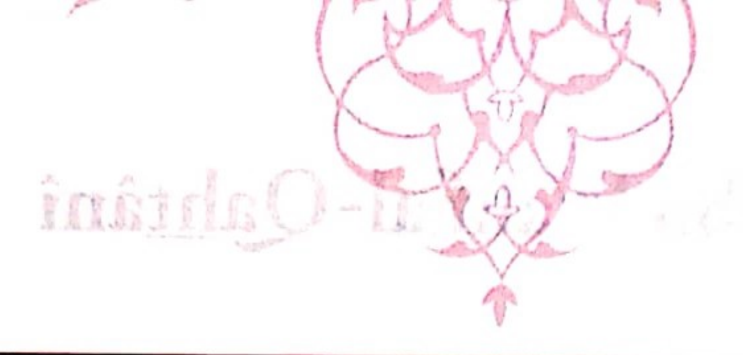
Sa'îd Ibn Wahf al-Qahtânî

Le dhikr du matin & du soir

Tiré du Coran et de la Sunna

Français • Arabe • Phonétique





Deuxième édition - Mars 2022

Les opinions exprimées dans ce livre
n'engagent que son auteur.



www.hadithshop.com
www.alhaditheditions.com
daralhadith@hotmail.com
Suivez-nous sur @alhaditheditions

CECJ
100, rue de la limite
1210 Bruxelles
Tél. : 0032 2 223 78 90

Transcription phonétique

ء	'	ض	d̲
ب	b	ط	t̲
ت	t	ظ	z̲
ث	th	ع	‘
ج	j	غ	gh
ح	h̲	ف	f
خ	kh	ق	q
د	d	ك	k
ذ	dh	ل	l
ر	r	م	m
ز	z	ن	n
س	s	ه	h
ش	sh	و	w
ص	s̲	ي	y

Les voyelles longues ا – و – ي
sont respectivement retranscrites â – û – î.

Avant-propos

Louange à Allah. Nous Le louons et Lui demandons aide et pardon. Nous cherchons protection auprès d'Allah contre les vices de nos âmes et nos méfaits. Celui qu'Allah guide ne trouvera personne pour l'égarer ; celui qu'Il égare ne trouvera personne pour le guider. J'atteste qu'il n'y a de Dieu qu'Allah, Seul et sans associé, et j'atteste que Muhammad est Son serviteur et Son Messager. Que la prière d'Allah et Son salut soient sur lui, ainsi que sur sa famille et ses Compagnons, et ceux qui les suivent dans un beau comportement jusqu'au jour de la Rétribution.

L'auteur a puisé ces formules de *dhikr* du matin et du soir de son célèbre livre *La citadelle du musulman* et elles sont toutes numérotées. Les formules du matin et du soir ont été séparées afin de donner au lecteur un confort de lecture.

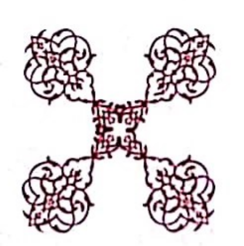
Nous avons pris également l'initiative de chronométrer chaque formule afin de bien mettre en évidence le peu de temps qu'il faut pour compter parmi ceux qui évoquent souvent Allah, matin et soir. En effet, il ne faut même pas 15 minutes pour le *dhikr* du matin. Quant à celui du soir, 11 minutes suffisent.





La question qui demeure et que chacun devrait se poser en toute sincérité est : combien de temps ne gaspille-t-on pas dans la journée pour des activités futiles ? Nous pensons — nous en avons même la conviction — que chacun de nous est capable de réserver un petit quart d'heure pour Allah ! Quelles que soient ses activités quotidiennes, que l'on soit étudiant ou travailleur, célibataire ou marié.

Les éditions al-Hadîth



Les mérites du dhikr

Le *dhikr* présente de nombreux avantages, à peu près une centaine selon l'imam Ibn al-Qayyim ﷺ. Il en a cité plus de 70 à titre d'exemple. Il mentionne notamment que le *dhikr* fait fuir le Diable et satisfait Allah, dissipe le souci et le tracas du cœur et lui procure joie et bonne humeur. Le *dhikr* fortifie le corps et le cœur, il illumine le visage et le cœur, il engendre la subsistance et apporte la déférence, la douceur et la beauté. Il donne naissance à l'amour d'Allah et rapproche le serviteur de son Seigneur. Il le pousse à revenir vers Allah et lui confère la conscience qu'Allah l'observe. Par le *dhikr*, Allah ouvre au serviteur les portes de la connaissance et engendre en lui la crainte révérencielle d'Allah. Quand le serviteur évoque Allah, cela lui permet de donner vie à son cœur, de le nourrir, ainsi que le corps et de le préserver contre la dépérissement. Il efface les fautes et les dissipe, et ôte le manque qu'on ressent vis-à-vis d'Allah.

Quand le serviteur se fait connaître auprès d'Allah par le *dhikr* dans l'aisance, Il le connaît alors dans la difficulté. C'est aussi une sauvegarde contre le châtiment divin et fait descendre la sérénité. La miséricorde couvre alors le serviteur et les Anges l'entourent.

Le *dhikr* permet de détourner le croyant de la médisance et des mauvais propos. Les assemblées du *dhikr* sont celles des Anges. Son action réjouit le serviteur, de même que quiconque lui tient compagnie. Il sauvegarde le serviteur contre le regret le Jour de la Résurrection. Faire le *dhikr* en pleurant dans l'isolement permet au serviteur de bénéficier de l'ombre d'Allah le jour où il n'y en aura pas d'autre. Allah procure à celui qui L'évoque les meilleurs dons.

C'est l'une des adorations les plus simples et les plus méritoires. C'est le plant du Paradis, le don et la grâce pour lesquels nulle autre action n'engendre ce que le *dhikr* engendre. Y faire preuve d'assiduité permet de se prémunir d'oublier Allah. Aucune autre action ne touche le temps et la condition du serviteur comme le *dhikr*. C'est une lumière pour lui dans ce monde et dans l'au-delà.

Le *dhikr* est la cime de toute affaire. Dans le cœur, il est un vide et un besoin que seul le *dhikr* peut combler. Il regroupe ce qui s'est éparpillé et éparpille les soucis et les péchés qui se sont regroupés autour du serviteur. Le *dhikr* éveille le cœur quant à son sommeil. Le serviteur qui évoque Allah est proche de Lui. Cela équivaut à l'affranchissement des esclaves, à l'aumône et à la lutte dans la voie d'Allah. Le plus noble des serviteurs est celui dont

la langue ne cesse d'être humide par l'évocation d'Allah. Il est dans le cœur un durcissement que seul le *dhikr* adoucit. C'est le remède du cœur et son traitement. Rien ne permet d'amener le bienfait et de repousser le châtiment autant que le *dhikr.* Celui qui fait le *dhikr* bénéficie de la prière d'Allah et de Ses Anges. Les assemblées du *dhikr* sont les jardins du Paradis sur terre. Allah vante ceux qui le pratiquent auprès des Anges.

Le *dhikr* est l'aide la plus grande pour obéir à Allah, il facilite la difficulté, allège les peines et ôte du cœur les craintes. Il procure la confiance en Allah, permet de nourrir une bonne intention à l'égard d'Allah et engendre une force dans l'action. Grâce au *dhikr*, le serviteur est capable de réaliser ce qu'il ne peut pas faire sans lui. Celui qui évoque Allah fait partie des devanciers. Le *dhikr* est un rempart solide entre le serviteur et l'Enfer. Les Anges demandent le pardon pour celui qui évoque Allah. C'est une sécurité contre l'hypocrisie et la citadelle inexpugnable contre les méfaits de ce monde et de l'au-delà.

Principes et bienséances pour une bonne pratique du *dhikr*

Nous présenterons ici brièvement quelques principes et bienséances utiles pour une bonne pratique du *dhikr* qui seront bénéfiques à nos lecteurs en vue d'une pratique optimale et dont les avantages seront incommensurables :

Ne sont légitimes que les formulations légalement établies

En ce qui concerne les formules de *dhikr* spécifiques, leur provenance doit être clairement établie comme émanant du Prophète ﷺ. Ceci exclut toutes les formes de supplications que certains dévots ont codifié en leur attribuant de prétendus effets sur la foi du croyant.

S'en tenir à la formulation énoncée, au temps et au lieu définis

Suivre fidèlement le Prophète ﷺ, c'est lui emboîter le pas dans sa manière de formuler le *dhikr* au niveau de l'énoncé, du moment et du lieu où il a été prononcé. Prenons comme exemple, dans le cas de la formulation, ce *dhikr* enseigné par le Prophète ﷺ au Compagnon al-Barâ' Ibn 'Âzib رضي الله عنه de la manière suivante : « Quand tu te mets au lit,

fais tes ablutions comme pour la prière, ensuite allonge-toi sur ton flanc droit, puis dis : "Ô Allah ! Je Te soumets mon visage, je place ma confiance en Toi et je m'appuie sur Toi par amour et par crainte de Toi. Il n'y a de refuge ni d'échappatoire contre Toi qu'en Toi. Je crois en Ton Livre que Tu as révélé et en Ton Prophète que Tu as envoyé"! Fais en sorte que ce soient tes dernières paroles. Si tu meurs en cette nuit, tu mourras selon la nature originelle ». Je répétai ces paroles pour les mémoriser et je dis : « Je crois en Ton Messager que Tu as envoyé ». Il me reprit : « Dis : "Je crois en Ton Prophète que Tu as envoyé !" »… Al-Bukhârî n°247 et Muslim n°6882, éd. al-Hadîth.

Cette attitude sera également de mise pour les formules de *dhikr* assujetties à un moment et à un lieu.

Faire le *dhikr* avec le cœur et la langue

En effet, formuler le *dhikr* par la langue tout en ne cherchant pas, par la présence du cœur, à saisir le sens profond de ce que l'on récite risque de ne produire aucun effet sur la foi et la piété. Ceci s'appuie sur cette parole prophétique qui nous apprend : « … et sachez qu'Allah n'exauce pas les invocations d'une personne dont le cœur est distrait ». Al-Tirmidhî n°3479 ; jugé fiable par al-Albânî.

Ceci étant, si Allah ne prête guère attention aux invocations formulées dans l'insouciance, il en va de même pour la demande de protection et de bénédiction adressée à Allah. Comment un tel *dhikr* pourrait-il agir sur notre foi et notre piété ?

En somme, il convient de faire le *dhikr* tout en accompagnant cette action d'une méditation profonde de sorte que cela ait un effet sur soi-même.

Avoir les ablutions n'est pas obligatoire

Hormis le *dhikr* spécifique à un moment ou à un lieu défini, il peut s'exercer à tout moment et tout lieu, avoir les ablutions n'est pas une condition requise. La Sunna nous enseigne, effectivement, que le Messager ﷺ évoquait son Seigneur en toutes circonstances. Muslim n°826, éd. al-Hadîth.

Toutes les postures sont bonnes

Des savants comme l'imam al-Nawawî recommandent de se diriger vers la qibla et d'être assis pour faire le *dhikr* (voir *al-Adhkâr*, p.41). Toutefois, rien n'empêche de le faire dans n'importe quelle posture, comme nous en informe le Saint Coran à la lumière du verset suivant : ﴿En vérité, dans la création des cieux et de la terre, et dans l'alternance de la nuit et du jour, il y a certes des signes pour les doués d'intelligence, qui, debout, assis, couchés

sur leurs côtés, évoquent Allah et méditent sur la création des cieux et de la terre (disant) : « Seigneur ! Tu n'as pas créé cela en vain. Gloire à Toi ! Garde-nous du châtiment du Feu ❱ (3 : 190-191).

La finalité, après tout, est de maintenir un contact constant avec Allah par le biais du *dhikr* et de dissiper du cœur toute insouciance faisant oublier le Créateur.

Bref, évoquer le Seigneur à travers ces formules de *dhikr* permet de cultiver en soi le sens du rappel d'Allah et de se rapprocher de Lui. Ce sont ces hommes et ces femmes qui ont goûté à la saveur du *dhikr* qui connaissent assurément la paix intérieure et jouissent d'éloges particuliers de la part du Très-Haut. Le Saint Coran se fait l'écho de ces bienfaits récoltés par les croyants dans leur exercice perpétuel du *dhikr* : ❰ Ceux qui ont cru, et dont les cœurs se tranquillisent à l'évocation d'Allah. N'est-ce point par l'évocation d'Allah que se tranquillisent les cœurs ? ❱ (13 : 28).

❰ Les musulmans et musulmanes, croyants et croyantes, obéissants et obéissantes, loyaux et loyales, endurants et endurantes, craignants et craignantes, donneurs et donneuses d'aumône, jeûnants et jeûnantes, gardiens de leur chasteté et gardiennes, évocateurs souvent d'Allah et évoca-

trices: Allah a préparé pour eux un pardon et une énorme récompense❭ (33 : 35).

Au sujet de celles et ceux qui évoquent Allah constamment, l'imam et traditionniste Abû 'Amr Ibn al-Salâh fut interrogé sur le degré à partir duquel on rejoint ces croyants évocateurs loués dans le verset précédent, il répondit : « Celui qui s'adonne régulièrement au *dhikr* du matin et soir, et lors de moments et situations différents — déterminés dans les ouvrages traitant du *dhikr* du matin et du soir — sera de ceux qui évoquent Allah constamment ». (*Al-Adhkâr*, p.39).

Comment définit-on les moments du matin et du soir ?

Pris dans sa généralité, le *dhikr* peut être formulé à n'importe quel moment. Néanmoins, il en existe des types dont la formulation est liée à des moments ou à des lieux bien définis. Cette détermination circonstanciée du *dhikr* a été enseignée par le Prophète ﷺ lui-même.

Le *dhikr* du matin et du soir appartient à cette catégorie. Nous allons donc préciser ces deux moments de manière à aider nos lecteurs désireux de prati-

quer avec constance cette sunna à situer exactement les moments qui leur sont dédiés.

Quant au matin, il débute après la prière de l'aube et va jusqu'au lever du soleil. Ceci représente le temps préférentiel (*al-waqt al-mukhtâr*). Cette période peut tout de même se prolonger jusqu'au zénith, peu avant la prière du *zuhr*. Il s'agit alors d'une période permise (*waqt jawâz*).

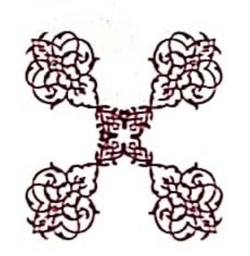
Pour ce qui est du soir, cette période débute après la prière du *'asr* et va jusqu'au coucher du soleil. Ceci indique son temps préférentiel (*al-waqt al-mukhtâr*). Ce moment peut à son tour s'étendre jusqu'au dernier tiers de la nuit, peu avant la prière de l'aube. Il s'agit d'un moment permis (*waqt jawâz*).

Cependant, s'en tenir aux temps préférentiels constitue la meilleure attitude à adopter. Les délais extensifs mentionnés n'ont pour finalité que de permettre à celui qui s'adonne à ce *dhikr* de l'accomplir en cas d'oubli ou d'empêchement de manière à ce que cette noble habitude ne s'interrompe point et ne soit pas abandonnée !

D'ailleurs, le matin et le soir ont été explicités par le Saint Coran comme des moments propices pour évoquer Allah. En effet, ce verset coranique nous

apprend : ❮ Ô croyants ! Invoquez souvent le Nom d'Allah ! Glorifiez-le matin et soir ! ❯ (33 : 41-42).

Puisse Allah faire en sorte que nos langues demeurent fréquemment humides par Son rappel, que celui-ci vibre dans nos cœurs et irrigue notre foi, notre piété et notre moralité !





Invocations du matin

أَذْكَارُ الصَّبَاحِ

Louange à Allah, Seigneur des mondes, le Tout Miséricordieux, le Très Miséricordieux, Maître du Jour de la Rétribution. Que la prière et le salut soient sur le meilleur des Envoyés.

الحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ العَالَمِينَ، الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِ المُرْسَلِينَ.

1. Réciter le verset du *Kursî.*

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

﴿ ٱللَّهُ لَآ إِلَـٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلْحَىُّ ٱلْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُۥ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ لَّهُۥ مَا فِى ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَمَا فِى ٱلْأَرْضِ ۗ مَن ذَا ٱلَّذِى يَشْفَعُ عِندَهُۥٓ إِلَّا بِإِذْنِهِۦ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَىْءٍ مِّنْ عِلْمِهِۦٓ إِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ ۖ وَلَا يَـُٔودُهُۥ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ ٱلْعَلِىُّ ٱلْعَظِيمُ ﴾

Allâhu lâ ilâha illâ huwa-l-h̲ayyu-l-qayyûm, lâ ta'khudhuhû sinatun wa lâ nawm, lahu mâ fi-s-samawâti wa mâ fi-l-ard̲, man dha-l-ladhî yashfa'u 'indahû illâ bi idhnih, ya'lamu mâ bayna aydîhim

wa mâ khalfahum, wa lâ yuhîtûna bi shay'in min 'ilmihî illâ bimâ shâ', wasi'a kursiyyuhu-s-samâwâti wa-l-ard, wa lâ ya'ûduhû hifzuhumâ, wa huwa-l-'aliyyu-l-'azîm.

Temps écoulé : 37 secondes

2. Réciter 3 fois les 3 dernières sourates du Coran.

بِسْمِ ٱللَّـهِ ٱلرَّحْمَـٰنِ ٱلرَّحِيمِ

﴿ قُلْ هُوَ ٱللَّـهُ أَحَدٌ ۝١ ٱللَّـهُ ٱلصَّمَدُ ۝٢ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ۝٣ وَلَمْ يَكُن لَّهُۥ كُفُوًا أَحَدٌۢ ۝٤ ﴾

بِسْمِ ٱللَّـهِ ٱلرَّحْمَـٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلْفَلَقِ ۝١ مِن شَرِّ مَا خَلَقَ ۝٢ وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ۝٣ وَمِن شَرِّ ٱلنَّفَّـٰثَـٰتِ فِى ٱلْعُقَدِ ۝٤ وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ۝٥ ﴾

بِسْمِ ٱللَّـهِ ٱلرَّحْمَـٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلنَّاسِ ۝١ مَلِكِ ٱلنَّاسِ ۝٢ إِلَـٰهِ ٱلنَّاسِ ۝٣ مِن شَرِّ ٱلْوَسْوَاسِ ٱلْخَنَّاسِ ۝٤ ٱلَّذِى يُوَسْوِسُ فِى صُدُورِ ٱلنَّاسِ ۝٥ مِنَ ٱلْجِنَّةِ وَٱلنَّاسِ ۝٦ ﴾

Bismi-l-lâhi-r-raẖmâni-r-raẖîm. Qul huwa-l-lâhu aẖad. Allâhu-s̱-s̱amad. Lam yalid wa lam yûlad. Wa lam yakun lahu kufuwan aẖad.

Bismi-l-lâhi-r-raẖmâni-r-raẖîm. Qul a'ûdhu bi rabbi-l-falaq. Min sharri mâ khalaq. Wa min sharri ghâsiqin idhâ waqab. Wa min sharri-n-naffâthâti fi-l'uqad. Wa min sharri ẖâsidin idhâ ẖasad.

Bismi-l-lâhi-r-raẖmâni-r-raẖîm. Qul a'ûdhu bi rabbi-n-nâs. Maliki-n-nâs. Ilâhi-n-nâs. Min sharri-l-waswâsi-l-khannâs. Al-ladhî yuwaswisu fî s̱udûri-n-nâs. Mina-l-jinnati wa-n-nâs.

Temps écoulé : 2 min 12 sec

3. Nous voici au matin et la Royauté revient à Allah. Louange à Allah. Il n'y a point de divinité si ce n'est Allah, Seul et sans associé. À Lui la Royauté et la Louange. Il est capable de toute chose. Seigneur ! Je Te demande le bien que contient ce jour et le bien venant après. Je cherche protection auprès de Toi contre le mal que contient ce jour et le mal venant après. Seigneur ! Je cherche protection auprès de Toi contre la paresse et la sénilité. Seigneur ! Je cherche protection auprès de Toi contre le châtiment de l'Enfer et les supplices de la tombe.



أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ
اللَّهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ
عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذَا
الْيَوْمِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ ما في
هَذَا الْيَوْمِ وشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ
وَسُوءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ
وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ.

Asbahnâ wa asbaha-l-mulku li-l-lâh wa-l-hamdu li-l-lâh, lâ ilâha illa llâhu wahdahu lâ sharîka lah, lahu-l-mulku wa lahu-l-hamdu wa huwa ʻalâ kulli shay'in qadîr. Rabbi as'aluka khayra mâ fî hâdha-l-yawmi wa khayra mâ baʻdah, wa aʻûdhu bika min sharri mâ fî hâdha-l-yawmi wa sharri mâ baʻdah. Rabbi aʻûdhu bika mina-l-kasal, wa sû'i-l-kibar. Rabbi aʻûdhu bika min ʻadhâbin fi-n-nâri wa ʻadhâbin fi-l-qabr.

Temps écoulé : 27 sec

4. Ô Allah ! Par Toi nous connaissons le matin, le soir, la vie et la mort. Vers Toi est le Rassemblement.

اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ.

Allâhumma bika asbahnâ, wa bika amsaynâ, wa bika nahyâ, wa bika namût, wa ilayka-n-nushûr.

Temps écoulé : 6 sec

5. Ô Allah ! Tu es mon Seigneur, nulle divinité autre que Toi. Tu m'as créé et je suis Ton serviteur. Je me soumets à Ton engagement et Ta promesse selon ma capacité. Je cherche protection auprès de Toi contre le mal que j'ai commis. Je reconnais Ton bienfait à mon égard et reconnais mes péchés. Pardonne-moi ! Nul ne pardonne les péchés en dehors de Toi.

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوءُ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ.

Allâhumma anta rabbî, lâ ilâha illâ ant, khalaqtanî wa anâ ‘abduk, wa anâ ‘alâ ‘ahdika wa wa‘dika ma-staṯa‘t, a‘ûdhu bika min sharri mâ ṣana‘t, abû’u laka bi ni‘matika ‘alayya wa abû’u bi dhanbî faghfir lî, fa innahû lâ yaghfiru-dh-dhunûba illâ ant.

Temps écoulé : 19 sec

6. Répéter à 4 reprises :
Ô Allah ! Me voici au matin. Je Te prends à témoin, ainsi que les porteurs de Ton Trône, Tes Anges et l’ensemble de Tes créatures que Tu es Allah, qu’il n’y a de Dieu que Toi, Seul et sans associé, et que Muhammad est Ton serviteur et Ton Messager.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَصْبَحْتُ أُشْهِدُكَ وَأُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ، وَمَلائِكَتَكَ وَجَمِيعَ خَلْقِكَ، أَنَّكَ أَنْتَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ، وَأَنَّ مُحَمَّداً عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ.

(أربع مَرَّاتٍ)

Allâhuma innî aṣbaḥtu ush-hiduka wa ush-hidu ḥamalata ‘arshik, wa malâ’ikataka wa jamî‘a khalqik, annaka anta-l-lâh, lâ ilâha illâ anta waḥdaka lâ sharîka lak, wa anna Muḥammadan ‘abduka wa rasûluk.

Temps écoulé : 50 sec

7. Ô Allah ! Tout bienfait qui me parvient en ce matin, ou qui échoit à l'une de Tes créatures, c'est de Toi, qui es Seul et sans associé, qu'il provient. À Toi la louange et à Toi la gratitude.

اللَّهُمَّ مَا أَصْبَحَ بِي مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ فَمِنْكَ وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ.

Allâhumma mâ a<u>s</u>ba<u>h</u>a bî min ni'matin aw bi a<u>h</u>adin min khalqik, fa minka wa<u>h</u>daka lâ sharîka lak, fa laka-l-<u>h</u>amdu wa laka-sh-shukr.

Temps écoulé : 8 sec

8. Répéter à 3 reprises :
Ô Allah ! Préserve la santé de mon corps. Préserve la santé de mon ouïe. Préserve la santé de ma vue. Il n'y a de Dieu que Toi. Je cherche protection auprès de Toi contre l'incrédulité et la pauvreté. Je cherche la protection auprès de Toi contre les supplices de la tombe. Il n'y a de Dieu que Toi.

اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ. اللَّهُمَّ إِنِّي

أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ.

(ثَلَاثَ مَرَّاتٍ)

Allâhumma ʻâfinî fî badanî. Allâhumma ʻâfinî fî samʻî. Allâhumma ʻâfinî fî baṣarî, lâ ilâha illâ ant. Allâhumma innî aʻûdhu bika mina-l-kufri wa-l-faqr, wa aʻûdhu bika min ʻadhâbi-l-qabr, lâ ilâha illâ ant.

⏱ Temps écoulé : 46 sec

9. Répéter à 7 reprises :
Allah me suffit. Point de divinité si ce n'est Lui. C'est à Lui que je me fie et Il est le Seigneur du Trône Sublime.

حَسْبِيَ اللَّهُ، لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ.

(سَبْعَ مَرَّاتٍ)

Ḫasbiya-l-lâh, lâ ilâha illâ hû, ʻalayhi tawakkalt, wa huwa rabbu-l-ʻarshi-l-ʻaẕîm.

⏱ Temps écoulé : 40 sec

10. Ô Allah ! J'implore Ton pardon et Ta grâce dans ce monde et l'au-delà. J'implore Ton pardon et Ta grâce dans ma religion et en ce monde, ma famille et ma fortune. Dissimule mes défauts et apaise mes frayeurs. Protège-moi par devant, derrière, à droite, à gauche et au-dessus de moi. Je cherche protection auprès de Ta Majesté contre une mort me surprenant par en dessous.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ، وَأَهْلِي وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي، وَآمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ، وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ يَمِينِي، وَعَنْ شِمَالِي، وَمِنْ فَوْقِي، وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي.

Allâhumma innî as'aluka-l-'afwa wa-l-'âfiyata fi-d-dunyâ wa-l-âkhira. Allâhumma innî as'aluka-l-'afwa wa-l-'âfiyata fî dînî wa dunyâya, wa ahlî wa mâlî. Allâhumma stur 'awrâtî, wa âmin raw'âtî. Allâhumma <u>h</u>fa<u>z</u>nî min bayni yadayya wa min khalfî, wa 'an yamînî wa 'an shimâlî, wa min fawqî, wa a'ûdhu bi 'a<u>z</u>amatika an ughtâla min ta<u>h</u>tî.

⏱ Temps écoulé : 25 sec

11. Ô Allah ! Connaisseur du visible et de l'invisible, Créateur des cieux et de la terre, Seigneur et Détenteur de toute chose. J'atteste qu'il n'y a de Dieu que Toi. Je cherche Ta protection contre le mal de mon âme, du démon et de son polythéisme, pour que je n'en commette aucun contre moi ou un musulman.

اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءاً، أَوْ أَجُرَّهُ إِلَى مُسْلِمٍ.

Allâhumma 'âlima-l-ghaybi wa-sh-shahâda, fâṯira-s-samawâti wa-l-arḏ, rabba kulli shay'in wa malîkah, ash-hadu an lâ ilâha illâ ant, a'ûdhu bika min sharri nafsî, wa min sharri-sh-shayṯâni wa shirkih, wa an aqtarifa 'alâ nafsî sû'an aw ajurrahu ilâ muslim.

Temps écoulé : 19 sec

12. Dire à 3 reprises :
Au Nom d'Allah dont le Nom empêche toute chose sur terre et dans le ciel de nuire. Il est l'Oyant, l'Omniscient.

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ، وَهُوَ السَّمِيعُ العَلِيمُ.

(ثَلَاثَ مَرَّاتٍ)

Bismi-l-lâhi-l-ladhî lâ yadurru ma'a-smihi shay'un fi-l-ardi wa lâ fi-s-samâ', wa huwa-s-samî'u-l'alîm.

Temps écoulé : 18 sec

13. Dire à 3 reprises :
J'agréé Allah comme Seigneur, l'Islam comme religion et Muhammad ﷺ comme Prophète.

رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبّاً، وَبِالإِسْلَامِ دِيناً، وَبِمُحَمَّدٍ ﷺ نَبِيّاً.

(ثَلَاثاً)

Radîtu bi-l-lâhi rabbâ, wa bi-l-islâmi dînâ, wa bi Muhammadin ﷺ nabiyyâ.

Temps écoulé : 18 sec

14. Ô Vivant ! Ô Toi qui subsistes par Toi-même ! Par Ta Miséricorde, j'implore Ton secours. Améliore

ma condition dans sa totalité et ne me livre pas à moi-même, fût-ce le temps d'un clignement d'œil.

يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ، بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ، أَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ وَ لَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ.

Yâ hayyu yâ qayyûm, bi rahmatika astaghîth, aslih lî sha'nî kullah, wa lâ takilnî ilâ nafsî tarfata 'ayn.

Temps écoulé : 7 sec

15. Nous voici au matin et la Royauté est à Allah, Seigneur des mondes. Ô Allah ! Je Te demande le bien dans ce jour : conquête, assistance, lumière, bénédiction et guidée. Je cherche protection auprès de Toi contre le mal qu'il contient et celui venant à sa suite.

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ المُلْكُ لِلَّهِ رَبِّ العَالَمِينَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيرَ هَذَا اليَوْمِ: فَتْحَهُ، وَنَصْرَهُ، وَنُورَهُ، وَبَرَكَتَهُ، وَهُدَاهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيهِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ.

Asbahnâ wa asbaha-l-mulku li-l-lâhi rabbi-l-'âlamîn. Allâhumma innî as'aluka khayra hâdha-l-yawm : fathahu wa nasrahu wa nûrahu wa

barakatahu wa hudâh, wa a'ûdhu bika min sharri mâ fîhi wa sharri mâ ba'dah.

Temps écoulé : 14 sec

16. Nous voici au matin et nous nous conformons à la nature originelle de l'Islam, à la parole d'Unicité, à la religion de notre Prophète Muhammad ﷺ et au culte de notre père Ibrâhîm, soumis exclusivement (à Allah) et point du nombre des polythéistes.

أَصْبَحْنَا عَلَى فِطْرَةِ الإِسْلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ ﷺ، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ، حَنِيفاً مُسْلِماً، وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ.

Asbahnâ 'alâ fitrati-l-islâm, wa 'alâ kalimati-l-ikhlâs, wa 'alâ dîni nabiyyinâ Muhammadin ﷺ, wa 'alâ millati abînâ Ibrâhîm, hanîfan muslimâ, wa mâ kâna mina-l-mushrikîn.

Temps écoulé : 14 sec

17. Répéter 100 fois :

Pureté à Allah et par Sa louange.

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ. (مِائَةَ مَرَّةٍ)



Sub<u>h</u>âna-l-lâhi wa bi <u>h</u>amdih.

⏱ Temps écoulé : 2 min 10 sec

18. [100 fois]/10 fois/1 fois en cas de paresse :

Il n'y a point de divinité si ce n'est Allah, Seul et sans associé. À Lui la Royauté et la Louange. Il est capable de toute chose.

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ، لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ.

(مِائَةَ مَرَّةٍ أَوْ عَشْرَ مَرَّاتٍ أَوْ مَرَّةً وَاحِدَةً عِنْدَ الكَسَلِ)

Lâ ilâha illa-l-lâhu wa<u>h</u>dahu lâ sharîka lah, lahu-l-mulku wa lahu-l-<u>h</u>amd, wa huwa 'alâ kulli shay'in qadîr.

⏱ Temps écoulé : [11 min 10 sec] / 1 min 7 sec / 7 sec

19. Répéter à 3 reprises :

Pureté à Allah et par Sa louange, du nombre de Ses créatures, à hauteur de Sa Satisfaction, du poids de Son Trône et du nombre de Ses Paroles.

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ: عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ، وَزِنَةَ عَرْشِهِ، وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ.

(ثَلَاثَ مَرَّاتٍ)

Subhâna-l-lâhi wa bi hamdih : ‘adada khalqih, wa ridâ nafsih, wa zinata ‘arshih, wa midâda kalimâtih.

Temps écoulé : 23 sec

20. Ô Allah ! Je Te demande un savoir profitable, une subsistance agréable et une œuvre agréée.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّباً، وَعَمَلاً مُتَقَبَّلاً.

Allâhumma innî as’aluka ‘ilman nâfi‘â, wa rizqân tayyibâ, wa ‘amalân mutaqabbalâ.

Temps écoulé : 6 sec

21. Dire 100 fois :
Je demande pardon à Allah et me repens à Lui.

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ.

(مِائَةَ مَرَّةٍ)



Astaghfiru-l-lâha wa atûbu ilayh.

Temps écoulé : 2 min 16 sec

22. Répéter à 10 reprises :
Ô Allah ! Salue et prie sur notre Prophète Mu<u>h</u>ammad.

اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ.

(عَشْرَ مَرَّاتٍ)

Allâhumma <u>s</u>alli wa sallim 'alâ nabiyyinâ Mu<u>h</u>ammad.

Temps écoulé : 27 sec

Temps total : 14 min 40 sec

Invocations du soir

أَذْكَارُ المَسَاءِ

1. Réciter le verset du *Kursî*.

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

﴿ٱللَّهُ لَآ إِلَـٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلْحَىُّ ٱلْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُۥ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ لَّهُۥ مَا فِى ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَمَا فِى ٱلْأَرْضِ ۗ مَن ذَا ٱلَّذِى يَشْفَعُ عِندَهُۥٓ إِلَّا بِإِذْنِهِۦ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَىْءٍ مِّنْ عِلْمِهِۦٓ إِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ ۖ وَلَا يَـُٔودُهُۥ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ ٱلْعَلِىُّ ٱلْعَظِيمُ﴾

Allâhu lâ ilâha illâ huwa-l-hayyu-l-qayyûm, lâ ta'khudhuhû sinatun wa lâ nawm, lahu mâ fi-s-samawâti wa mâ fi-l-ard, man dha-l-ladhî yashfa'u 'indahû illâ bi idhnih, ya'lamu mâ bayna aydîhim wa mâ khalfahum, wa lâ yuhîtûna bi shay'in min 'ilmihî illâ bimâ shâ', wasi'a kursiyyuhu-s-samâwâti wa-l-ard, wa lâ ya'ûduhû hifzuhumâ, wa huwa-l-'aliyyu-l-'azîm.

Temps écoulé : 37 secondes

2. Réciter 3 fois les 3 dernières sourates du Coran.

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ
﴿قُلْ هُوَ ٱللَّهُ أَحَدٌ ١ ٱللَّهُ ٱلصَّمَدُ ٢ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ
يُولَدْ ٣ وَلَمْ يَكُن لَّهُۥ كُفُوًا أَحَدٌۢ ٤﴾

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلْفَلَقِ
١ مِن شَرِّ مَا خَلَقَ ٢ وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ٣
وَمِن شَرِّ ٱلنَّفَّٰثَٰتِ فِى ٱلْعُقَدِ ٤ وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا
حَسَدَ ٥﴾

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلنَّاسِ
١ مَلِكِ ٱلنَّاسِ ٢ إِلَٰهِ ٱلنَّاسِ ٣ مِن شَرِّ ٱلْوَسْوَاسِ
ٱلْخَنَّاسِ ٤ ٱلَّذِى يُوَسْوِسُ فِى صُدُورِ ٱلنَّاسِ ٥ مِنَ
ٱلْجِنَّةِ وَٱلنَّاسِ ٦﴾

Bismi-l-lâhi-r-rahmâni-r-rahîm. Qul huwa-l-lâhu ahad. Allâhu-s-samad. Lam yalid wa lam yûlad. Wa lam yakun lahu kufuwan ahad.

Bismi-l-lâhi-r-rahmâni-r-rahîm. Qul a'ûdhu bi rabbi-l-falaq. Min sharri mâ khalaq. Wa min sharri

ghâsiqin idhâ waqab. Wa min sharri-n-naffâthâti fi-l'uqad. Wa min sharri hâsidin idhâ hasad. Bismi-l-lâhi-r-rahmâni-r-rahîm. Qul a'ûdhu bi rabbi-n-nâs. Maliki-n-nâs. Ilâhi-n-nâs. Min sharri-l-waswâsi-l-khannâs. Al-ladhî yuwaswisu fî sudûri-n-nâs. Mina-l-jinnati wa-n-nâs.**

Temps écoulé : 2 min 12 sec

3. Nous voici au soir et la Royauté revient à Allah. Louange à Allah. Il n'y a point de divinité si ce n'est Allah, Seul et sans associé. À Lui la Royauté et la Louange. Il est capable de toute chose. Seigneur ! Je Te demande le bien que contient cette nuit et le bien venant après. Je cherche protection auprès de Toi contre le mal que contient cette nuit et le mal venant après. Seigneur ! Je cherche protection auprès de Toi contre la paresse et la sénilité. Seigneur ! Je cherche protection auprès de Toi contre le châtiment de l'Enfer et les supplices de la tombe.

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذِهِ

اللَّيْلَةِ وَخيرُ مَا بَعْدَهَا، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ ما في هَذِهِ اللَّيْلَةِ وشَرِّ مَا بَعْدَهَا، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الكَسَلِ وَسُوءِ الكِبَرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي القَبْرِ.

Amsaynâ wa amsâ-l-mulku li-l-lâh wa-l-<u>h</u>amdu li-l-lâh, lâ ilâha illa llâhu wa<u>h</u>dahu lâ sharîka lah, lahu-l-mulku wa lahu-l-<u>h</u>amdu wa huwa ʻalâ kulli shay'in qadîr. Rabbi as'aluka khayra mâ fî hâdhihi-l-layla wa khayra mâ baʻdahâ, wa aʻûdhu bika min sharri mâ fî hâdhihi-l-layla wa sharri mâ baʻdahâ. Rabbi aʻûdhu bika mina-l-kasal, wa sû'i-l-kibar. Rabbi aʻûdhu bika min ʻadhâbin fi-n-nâri wa ʻadhâbin fi-l-qabr.

Temps écoulé : 27 sec

4. Ô Allah ! Par Toi nous connaissons le soir, le matin, la vie et la mort. Vers Toi est le retour.

اللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ، وَإِلَيْكَ المَصِيرُ.

Allâhumma bika amsaynâ, wa bika a<u>s</u>ba<u>h</u>nâ, wa bika na<u>h</u>yâ, wa bika namût, wa ilayka-l-ma<u>s</u>îr.

Temps écoulé : 6 sec

5. Ô Allah ! Tu es mon Seigneur, nulle divinité autre que Toi. Tu m'as créé et je suis Ton serviteur. Je me soumets à Ton engagement et Ta promesse selon ma capacité. Je cherche protection auprès de Toi contre le mal que j'ai commis. Je reconnais Ton bienfait à mon égard et reconnais mes péchés. Pardonne-moi ! Nul ne pardonne les péchés en dehors de Toi.

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوءُ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ.

Allâhumma anta rabbî lâ ilâha illâ ant, khalaqtanî wa anâ ʻabduk, wa anâ ʻalâ ʻahdika wa waʻdika ma-staṯaʻt, aʻûdhu bika min sharri mâ s̲anaʻt, abû'u laka bi niʻmatika ʻalayya wa abû'u bi dhanbî faghfir lî, fa innahû lâ yaghfiru-dh-dhunûba illâ ant.

⏱ Temps écoulé : 19 sec

6. Répéter à 4 reprises :
Ô Allah ! Me voici au soir. Je Te prends à témoin, ainsi que les porteurs de Ton Trône, Tes Anges et l'ensemble de Tes créatures que Tu es Allah, qu'il

n'y a de Dieu que Toi, Seul et sans associé, et que Muhammad est Ton serviteur et Ton Messager.

اللّٰهُمَّ إِنِّي أَمْسَيْتُ أُشْهِدُكَ وَأُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ، وَمَلائِكَتَكَ وَجَمِيعَ خَلْقِكَ، أَنَّكَ أَنْتَ اللَّهُ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ، وَأَنَّ مُحَمَّداً عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ.

(أَرْبَعَ مَرَّاتٍ)

Allâhuma innî amsaytu ush-hiduka wa ush-hidu hamalata 'arshik, wa malâ'ikataka wa jamî'a khalqik, annaka anta-l-lâh, lâ ilâha illâ anta wahdaka lâ sharîka lak, wa anna Muhammadan 'abduka wa rasûluk.

Temps écoulé : 57 sec

7. Ô Allah ! Tout bienfait qui me parvient en cette soirée, ou qui échoit à l'une de Tes créatures, c'est de Toi, qui es Seul et sans associé, qu'il provient. À Toi la louange et à Toi la gratitude.

اللَّهُمَّ مَا أَمْسَى بِي مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ فَمِنْكَ وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ.

Allâhumma mâ amsâ bî min ni'matin aw bi ahadin min khalqika fa minka wahdaka lâ sharîka lak, fa laka-l-hamdu wa laka-sh-shukr.

Temps écoulé : 8 sec

8. Répéter à 3 reprises :
Ô Allah ! Préserve la santé de mon corps. Préserve la santé de mon ouïe. Préserve la santé de ma vue. Il n'y a de Dieu que Toi. Je cherche protection auprès de Toi contre l'incrédulité et la pauvreté. Je cherche la protection auprès de Toi contre les supplices de la tombe. Il n'y a de Dieu que Toi.

اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ. اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ.

(ثَلاَثَ مَرَّاتٍ)

Allâhumma 'âfinî fî badanî. Allâhumma 'âfinî fî sam'î. Allâhumma 'âfinî fî basarî, lâ ilâha illâ ant. Allâhumma innî a'ûdhu bika mina-l-kufri wa-l-faqr, wa a'ûdhu bika min 'adhâbi-l-qabr, lâ ilâha illâ ant.

Temps écoulé : 46 sec

9. Répéter à 7 reprises :

Allah me suffit. Point de divinité si ce n'est Lui. C'est à Lui que je me fie et Il est le Seigneur du Trône Sublime.

حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ.

(سَبْعَ مَرَّاتٍ)

H̲asbiya-l-lâhu lâ ilâha illâ hû, 'alayhi tawakkaltu wa huwa rabbu-l-'arshi-l-'az̲îm.

Temps écoulé : 40 sec

10. Ô Allah ! J'implore Ton pardon et Ta grâce dans ce monde et l'au-delà. J'implore Ton pardon et Ta grâce dans ma religion et en ce monde, ma famille et ma fortune. Dissimule mes défauts et apaise mes frayeurs. Protège-moi par devant, derrière, à droite, à gauche et au-dessus de moi. Je cherche protection auprès de Ta Majesté contre une mort me surprenant par en dessous.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ،

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ،

وَأَهْلِي وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي، وَآمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ، وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ يَمِينِي، وَعَنْ شِمَالِي، وَمِنْ فَوْقِي، وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي.

Allâhumma innî as'aluka-l-'afwa wa-l-'âfiyata fi-d-dunyâ wa-l-âkhira. Allâhumma innî as'aluka-l-'afwa wa-l-'âfiyata fî dînî wa dunyâya, wa ahlî wa mâlî. Allâhumma stur 'awrâtî, wa âmin raw'âtî. Allâhumma h̲faz̲nî min bayni yadayya wa min khalfî, wa 'an yamînî wa 'an shimâlî, wa min fawqî, wa a'ûdhu bi 'az̲amatika an ughtâla min tah̲tî.

Temps écoulé : 25 sec

11. Ô Allah ! Connaisseur du visible et de l'invisible, Créateur des cieux et de la terre, Seigneur et Détenteur de toute chose. J'atteste qu'il n'y a de Dieu que Toi. Je cherche Ta protection contre le mal de mon âme, du démon et de son polythéisme, pour que je n'en commette aucun contre moi ou un musulman.

اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءاً، أَوْ أَجُرَّهُ إِلَى مُسْلِمٍ.

Allâhumma 'âlima-l-ghaybi wa-sh-shahâda, fâṯira-s-samawâti wa-l-arḏ, rabba kulli shay'in wa malîkah, ash-hadu an lâ ilâha illâ ant, a'ûdhu bika min sharri nafsî, wa min sharri-sh-shayṯâni wa shirkih, wa an aqtarifa 'alâ nafsî sû'an aw ajurrahu ilâ muslim.

Temps écoulé : 19 sec

12. Dire à 3 reprises :
Au Nom d'Allah dont le Nom empêche toute chose sur terre et dans le ciel de nuire. Il est l'Oyant, l'Omniscient.

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ، وَهُوَ السَّمِيعُ العَلِيمُ.

(ثَلَاثَ مَرَّاتٍ)

Bismi-l-lâhi-l-ladhî lâ ya<u>d</u>urru ma'a-smihi shay'un fi-l-ar<u>d</u>i wa lâ fi-s-samâ', wa huwa-s-samî'u-l'alîm.

Temps écoulé : 19 sec

13. Dire à 3 reprises :
J'agréé Allah comme Seigneur, l'Islam comme religion et Mu<u>h</u>ammad ﷺ comme Prophète.

رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبّاً، وَبِالإِسْلَامِ دِيناً، وَبِمُحَمَّدٍ ﷺ نَبِيّاً.

(ثَلَاثاً)

Ra<u>d</u>îtu bi-l-lâhi rabbâ, wa bi-l-islâmi dînâ, wa bi Mu<u>h</u>ammadin ﷺ nabiyyâ.

Temps écoulé : 21 sec

14. Ô Vivant ! Ô Toi qui subsistes par Toi-même ! Par Ta Miséricorde, j'implore Ton secours. Améliore ma condition dans sa totalité et ne me livre pas à moi-même, fût-ce le temps d'un clignement d'œil.

يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ، أَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ وَ لَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ.

Yâ <u>h</u>ayyu yâ qayyûm, bi ra<u>h</u>matika astaghîth, a<u>s</u>li<u>h</u> lî sha'nî kullah, wa lâ takilnî ilâ nafsî <u>t</u>arfata 'ayn.

Temps écoulé : 7 sec

15. Nous voici au soir et la Royauté revient à Allah, Seigneur des mondes. Ô Allah ! Je Te demande le bien contenu dans cette nuit : conquête, assistance, lumière, bénédiction et guidée. Je cherche protection auprès de Toi contre le mal qu'elle contient et celui venant à sa suite.

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى المُلْكُ لِلَّهِ رَبِّ العَالَمِينَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ هَذِهِ اللَّيْلَةِ: فَتْحَهَا، وَنَصْرَهَا، وَنُورَهَا، وَبَرَكَتَهَا، وَهُدَاهَا، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيهَا وَشَرِّ مَا بَعْدَهَا.

Amsaynâ wa amsa-l-mulku li-l-lâhi rabbi-l-'âlamîn. Allâhumma innî as'aluka khayra hâdhihi-l-layla : fat__**h**__**ahâ wa na**__**s**__**rahâ wa nûrahâ wa barakatahâ wa hudâhâ, wa a'ûdhu bika min sharri mâ fîhâ wa sharri mâ ba'dahâ.**

⏱ Temps écoulé : 14 sec

16. Nous voici au soir et nous nous conformons à la nature originelle de l'Islam, à la parole d'Unicité, à la religion de notre Prophète Mu__h__ammad ﷺ et au culte de notre père Ibrâhîm, soumis exclusivement (à Allah) et point du nombre des polythéistes.

أَمْسَيْنَا عَلَى فِطْرَةِ الإِسْلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ ﷺ، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ، حَنِيفاً مُسْلِماً وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ.

Amsaynâ ‘alâ fitrati-l-islâm, wa ‘alâ kalimati-l-ikhlâs, wa ‘alâ dîni nabiyyinâ Muhammadin ﷺ, wa ‘alâ millati abînâ Ibrâhîm, hanîfan muslimâ, wa mâ kâna mina-l-mushrikîn.

Temps écoulé : 14 sec

17. Répéter 100 fois :
Pureté à Allah et par Sa louange.

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ.

(مِائَةَ مَرَّةٍ)

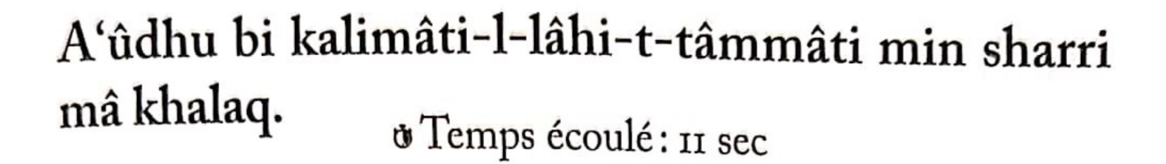
Subhâna-l-lâhi wa bi hamdih.

Temps écoulé : 2 min 10 sec

18. Répéter 3 fois :
Je cherche la protection auprès des Paroles parfaites d’Allah contre le mal de ce qu’Il a créé.

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ.

(ثَلَاثًا)


A'ûdhu bi kalimâti-l-lâhi-t-tâmmâti min sharri mâ khalaq.

Temps écoulé : 11 sec

19. Répéter à 10 reprises :

Ô Allah ! Salue et prie sur notre Prophète Mu<u>h</u>ammad.

اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ.

(عَشْرَ مَرَّاتٍ)

Allâhumma <u>s</u>alli wa sallim 'alâ nabiyyinâ Mu<u>h</u>ammad.

Temps écoulé : 27 sec

Temps total : 11 min



Invocations avant de dormir

أَذْكَارُ النَّوْمِ

1. Réciter le verset du *Kursî*.

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿ٱللَّهُ لَآ
إِلَـٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلْحَىُّ ٱلْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُۥ سِنَةٌ وَلَا
نَوْمٌ ۚ لَّهُۥ مَا فِى ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَمَا فِى ٱلْأَرْضِ ۗ مَن ذَا ٱلَّذِى
يَشْفَعُ عِندَهُۥٓ إِلَّا بِإِذْنِهِۦ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا
خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَىْءٍ مِّنْ عِلْمِهِۦٓ إِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ
وَسِعَ كُرْسِيُّهُ ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ ۖ وَلَا يَـُٔودُهُۥ حِفْظُهُمَا ۚ
وَهُوَ ٱلْعَلِىُّ ٱلْعَظِيمُ﴾

﴿آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِن رَّبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ ۚ كُلٌّ
آمَنَ بِاللَّـهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ
أَحَدٍ مِّن رُّسُلِهِ ۚ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا ۖ غُفْرَانَكَ رَبَّنَا
وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ ﴿٢٨٥﴾ لَا يُكَلِّفُ اللَّـهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا
لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا
إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا
حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ

لَنَا بِهِۦ ۖ وَٱعْفُ عَنَّا وَٱغْفِرْ لَنَا وَٱرْحَمْنَآ ۚ أَنتَ مَوْلَىٰنَا فَٱنصُرْنَا عَلَى ٱلْقَوْمِ ٱلْكَٰفِرِينَ ﴾

Allâhu lâ ilâha illâ huwa-l-hayyu-l-qayyûm, lâ ta'khudhuhû sinatun wa lâ nawm, lahu mâ fi-s-samawâti wa mâ fi-l-ard, man dha-l-ladhî yashfa'u 'indahû illâ bi idhnih, ya'lamu mâ bayna aydîhim wa mâ khalfahum, wa lâ yuhîtûna bi shay'in min 'ilmihî illâ bimâ shâ', wasi'a kursiyyuhu-s-samâwâti wa-l-ard, wa lâ ya'ûduhû hifzuhumâ, wa huwa-l-'aliyyu-l-'azîm.

Âmana-r-rasûlu bi mâ unzila ilayhi min rabbihî wa-l-mu'minûn, kullun âmana bi-l-lâhi wa malâ'ikatihî wa kutubihî wa rusulih, lâ nufarriqu bayna ahadin min rusulih, wa qâlû sami'nâ wa ata'nâ ghufrânaka rabbanâ wa ilayka-l-masîr. Lâ yukallifu-l-lâhu nafsan illâ wus'ahâ, lahâ mâ kasabat wa 'alayhâ ma-ktasabat, rabbanâ lâ tu'âkhidhnâ in nasînâ aw akhta'nâ, rabbanâ wa lâ tahmil 'alaynâ isran kamâ hamaltahû 'ala-l-ladhîna min qablinâ, rabbanâ wa lâ tuhammilnâ mâ lâ tâqata lanâ bih, wa-'fu 'annâ wa-ghfir lanâ wa-rhamnâ, anta mawlânâ fa-nsurnâ 'ala-l-qawmi-l-kâfirîn.

Temps écoulé : 1 min 30 sec

2. Joindre les mains, y cracher sans salive et réciter les 3 dernières sourates du Coran.

بِسْمِ ٱللَّـهِ ٱلرَّحْمَـٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿قُلْ هُوَ ٱللَّـهُ أَحَدٌ ۝١
ٱللَّـهُ ٱلصَّمَدُ ۝٢ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ۝٣ وَلَمْ يَكُن لَّهُۥ
كُفُوًا أَحَدٌۢ ۝٤﴾

بِسْمِ ٱللَّـهِ ٱلرَّحْمَـٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلْفَلَقِ
۝١ مِن شَرِّ مَا خَلَقَ ۝٢ وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ۝٣
وَمِن شَرِّ ٱلنَّفَّـٰثَـٰتِ فِى ٱلْعُقَدِ ۝٤ وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا
حَسَدَ ۝٥﴾

بِسْمِ ٱللَّـهِ ٱلرَّحْمَـٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلنَّاسِ
۝١ مَلِكِ ٱلنَّاسِ ۝٢ إِلَـٰهِ ٱلنَّاسِ ۝٣ مِن شَرِّ ٱلْوَسْوَاسِ
ٱلْخَنَّاسِ ۝٤ ٱلَّذِى يُوَسْوِسُ فِى صُدُورِ ٱلنَّاسِ ۝٥ مِنَ
ٱلْجِنَّةِ وَٱلنَّاسِ ۝٦﴾

Bismi-l-lâhi-r-rahmâni-r-rahîm. Qul huwa-l-lâhu ahad. Allâhu-s-samad. Lam yalid wa lam yûlad. Wa lam yakun lahu kufuwan ahad.

Bismi-l-lâhi-r-rahmâni-r-rahîm. Qul a'ûdhu bi rabbi-l-falaq. Min sharri mâ khalaq. Wa min sharri ghâsiqin idhâ waqab. Wa min sharri-n-naffâthâti fi-l'uqad. Wa min sharri hâsidin idhâ hasad.

Bismi-l-lâhi-r-rahmâni-r-rahîm. Qul a'ûdhu bi rabbi-n-nâs. Maliki-n-nâs. Ilâhi-n-nâs. Min sharri-l-waswâsi-l-khannâs. Al-ladhî yuwaswisu fî sudûri-n-nâs. Mina-l-jinnati wa-n-nâs.

Passer les mains sur le corps en commençant par la tête et le visage. Répéter le tout 3 fois.

Temps écoulé : 2 min 12 sec

3. Réciter la sourate *al-Kâfirûn*

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَـٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ ﴿١﴾ لَا
أَعْبُدُ مَا تَعْبُدُونَ ﴿٢﴾ وَلَا أَنتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ ﴿٣﴾ وَلَا أَنَا
عَابِدٌ مَّا عَبَدتُّمْ ﴿٤﴾ وَلَا أَنتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ ﴿٥﴾ لَكُمْ
دِينُكُمْ وَلِيَ دِينِ ﴿٦﴾﴾

Bismi-l-lâhi-r-rahmâni-r-rahîm. Qul yâ ayyuha-l-kâfirûn. lâ a'budu mâ ta'budûn. wa lâ antum 'âbidûna mâ a'bud. wa lâ ana 'âbidu-m-mâ 'abat-tum. wa lâ antum 'âbidûna mâ a'bud. lakum dînukum wa liya dîn.

Temps écoulé : 17 sec

4. Par Ton Nom, Seigneur, je pose mon flanc et le relève. Si Tu saisis mon âme, fais-lui miséricorde et si Tu la renvoies, préserve-la comme Tu préserves Tes serviteurs vertueux.

بِاسْمِكَ رَبِّي وَضَعْتُ جَنْبِي، وَبِكَ أَرْفَعُهُ، إِنْ أَمْسَكْتَ نَفْسِي فَارْحَمْهَا، وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ.

Bismika rabbî wa<u>d</u>a'tu janbî, wa bika arfa'uh, fa in amsakta nafsî fa-r<u>h</u>amhâ, wa in arsaltahâ fa-<u>h</u>fa<u>z</u>hâ bi mâ ta<u>h</u>fa<u>z</u>u bihi 'ibâdaka-<u>s</u>-<u>s</u>âli<u>h</u>în.

Temps écoulé : 10 sec

5. Ô Allah ! C'est Toi qui as créé mon âme et Toi qui la feras mourir. Sa mort et sa vie sont à Toi. Si Tu lui donnes la vie, préserve-la et si Tu lui donnes la mort, pardonne-lui. Ô Allah ! J'implore Ta Grâce !

اللَّهُمَّ إِنَّكَ خَلَقْتَ نَفْسِي وَأَنْتَ تَوَفَّاهَا، لَكَ مَمَاتُهَا وَمَحْيَاهَا، إِنْ أَحْيَيْتَهَا فَاحْفَظْهَا، وَإِنْ أَمَتَّهَا فَاغْفِرْ لَهَا. اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ.

Allâhumma innaka khalaqta nafsî wa anta tawaffâhâ, laka mamâtuhâ wa ma<u>h</u>yâhâ, in

a<u>h</u>yaytahâ fa-<u>h</u>fa<u>z</u>hâ, wa in amattahâ fa-ghfir lahâ. Allâhumma innî as'aluka-l-'âfiya.

⏱ Temps écoulé : 11 sec

6. La main droite sous la joue, répéter 3 fois :

Ô Allah ! Protège-moi de Ton châtiment le jour où Tu ressusciteras Tes serviteurs.

اللَّهُمَّ قِنِي عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ.

(ثَلَاثَ مَرَّاتٍ)

Allâhumma qinî 'adhâbaka yawma tab'athu 'ibâdak.

⏱ Temps écoulé : 8 sec

7. C'est en Ton Nom, ô Allah, que je meurs et vis.

بِاسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وَأَحْيَا.

Bismika-l-lâhumma amûtu wa a<u>h</u>yâ.

⏱ Temps écoulé : 2 sec

8. Ô Allah ! Seigneur des sept cieux et Seigneur du Trône sublime, notre Seigneur et Seigneur de toute chose, Toi qui fais fendre la graine et le noyau, Révélateur de la Thora, de l'Évangile et du Discernement. Je cherche protection auprès de Toi contre le mal de toute chose que Tu tiens

par le toupet. Ô Allah ! Tu es le Premier, rien n'est avant Toi. Tu es le Dernier, rien n'est après toi. Tu es l'Apparent, rien n'est au-dessus de Toi. Tu es le Caché, rien n'est en deçà de Toi. Acquitte nos dettes à notre place et prémunis-nous contre la pauvreté.

اللَّهُمَّ رَبَّ السَّمَوَاتِ السَّبْعِ وَرَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ، رَبَّنَا وَرَبَّ كُلِّ شَيْءٍ، فَالِقَ الْحَبِّ وَالنَّوَى، وَمُنْزِلَ التَّوْرَاةِ وَالإِنْجِيلِ وَالْفُرْقَانِ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ شَيْءٍ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهِ. اللَّهُمَّ أَنْتَ الأَوَّلُ فَلَيْسَ قَبْلَكَ شَيْءٌ، وَأَنْتَ الآخِرُ فَلَيْسَ بَعْدَكَ شَيْءٌ، وَأَنْتَ الظَّاهِرُ فَلَيْسَ فَوْقَكَ شَيْءٌ، وَأَنْتَ الْبَاطِنُ فَلَيْسَ دُونَكَ شَيْءٌ، اِقْضِ عَنَّا الدَّيْنَ وَأَغْنِنَا مِنَ الْفَقْرِ.

Allâhumma rabba-s-samawâti-s-sab'i wa rabba-l-'arshi-l-'a<u>z</u>îm, rabbanâ wa rabba kulli shay', fâliqa-l-<u>h</u>abbi wa-n-nawâ, wa munzila-t-tawrâti wa-l-injîli wa-l-furqân, a'ûdhu bika min sharri kulli shay'in anta âkhidhun bi nâ<u>s</u>iyatih. Allâhumma anta-l-awwalu falaysa qablaka shay', wa anta-l-âkhiru falaysa ba'daka shay', wa anta-<u>z</u>-<u>z</u>âhiru falaysa

fawqaka shay', wa anta-l-bâṯinu falaysa dûnaka shay', iqḏî 'anna-d-dayna wa aghninâ mina-l-faqr.

Temps écoulé : 27 sec

9. Louange à Allah qui nous a nourris, abreuvés, contentés et abrités. Combien n'ont personne qui leur suffise et les protège.

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا، وَكَفَانَا، وَآوَانَا، فَكَمْ مِمَّنْ لاَ كَافِيَ لَهُ وَلاَ مُؤْوِيَ.

Al-ḫamdu li-l-lâhi-l-ladhî aṯ'amanâ wa saqânâ, wa kafânâ, wa âwânâ, fakam mi-m-man lâ kâfiya lahu wa lâ mu'wî.

Temps écoulé : 8 sec

10. Ô Allah ! Connaisseur du visible et de l'invisible, Créateur des cieux et de la terre, Seigneur et Détenteur de toute chose. J'atteste qu'il n'y a de divinité que Toi. Je cherche Ta protection contre le mal de mon âme, le mal du démon et de son polythéisme pour que je ne commette aucun mal contre moi-même ou à l'encontre d'un musulman.

اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لاَ

إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءاً، أَوْ أَجُرَّهُ إِلَى مُسْلِمٍ.

Allâhumma 'âlima-l-ghaybi wa-sh-shahâda, fâṯira-s-samâwâti wa-l-arḏ, rabba kulli shay'in wa malîkah, ash-hadu an lâ ilâha illâ ant, a'ûdhu bika min sharri nafsî, wa min sharri-sh-shayṯâni wa shirkih, wa an aqtarifa 'alâ nafsî sû'an aw ajurrahu ilâ muslim.

Temps écoulé : 16 sec

11. Ô Allah ! Je Te soumets mon âme, je Te confie mes affaires, je tourne mon visage vers Toi et je cherche appui auprès de Toi, en plaçant en Toi amour et crainte. Nul refuge et nul secours contre Toi, sauf auprès de Toi. Je crois à Ton Livre que Tu as révélé et à Ton Prophète que Tu as envoyé.

اللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ نَفْسِي إِلَيْكَ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَوَجَّهْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ، وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ، رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنْجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ، آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ.



Allâhumma aslamtu nafsî ilayk, wa fawwadtu amrî ilayk, wa wajjahtu wajhî ilayk, wa alja'tu zahrî ilayk, raghbatan wa rahbatan ilayk, lâ malja'a wa lâ manjâ minka illâ ilayk, âmantu bi kitâbika-l-ladhî anzalta wa bi nabiyyika-l-ladhî arsalt.

Temps écoulé : 16 sec

12.

سُبْحَانَ اللَّهِ (ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ)، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ (ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ)، وَاللَّهُ أَكْبَرُ (أَرْبَعًا وَثَلَاثِينَ).

Subhâna-l-lâh (33 fois), al-hamdu li-l-lâh (33 fois), Allâhu akbar (34 fois).

Temps écoulé : 1 min

Temps total : 6 min 37 sec

13. Il est également vivement conseillé de réciter la sourate *al-Mulk* avant de dormir.

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَـٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿تَبَارَكَ الَّذِى بِيَدِهِ
الْمُلْكُ وَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَىْءٍ قَدِيرٌ ﴿١﴾ الَّذِى خَلَقَ
الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا ۚ وَهُوَ
الْعَزِيزُ الْغَفُورُ ﴿٢﴾ الَّذِى خَلَقَ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ طِبَاقًا

مَّا تَرَىٰ فِى خَلْقِ الرَّحْمَـٰنِ مِن تَفَاوُتٍ ۖ فَارْجِعِ
الْبَصَرَ هَلْ تَرَىٰ مِن فُطُورٍ ﴿٣﴾ ثُمَّ ارْجِعِ الْبَصَرَ
كَرَّتَيْنِ يَنقَلِبْ إِلَيْكَ الْبَصَرُ خَاسِئًا وَهُوَ حَسِيرٌ
﴿٤﴾ وَلَقَدْ زَيَّنَّا السَّمَاءَ الدُّنْيَا بِمَصَابِيحَ وَجَعَلْنَاهَا
رُجُومًا لِّلشَّيَاطِينِ ۖ وَأَعْتَدْنَا لَهُمْ عَذَابَ السَّعِيرِ
﴿٥﴾ وَلِلَّذِينَ كَفَرُوا بِرَبِّهِمْ عَذَابُ جَهَنَّمَ ۖ وَبِئْسَ
الْمَصِيرُ ﴿٦﴾ إِذَا أُلْقُوا فِيهَا سَمِعُوا لَهَا شَهِيقًا وَهِىَ
تَفُورُ ﴿٧﴾ تَكَادُ تَمَيَّزُ مِنَ الْغَيْظِ ۖ كُلَّمَا أُلْقِىَ فِيهَا
فَوْجٌ سَأَلَهُمْ خَزَنَتُهَا أَلَمْ يَأْتِكُمْ نَذِيرٌ ﴿٨﴾ قَالُوا
بَلَىٰ قَدْ جَاءَنَا نَذِيرٌ فَكَذَّبْنَا وَقُلْنَا مَا نَزَّلَ اللَّهُ
مِن شَىْءٍ إِنْ أَنتُمْ إِلَّا فِى ضَلَالٍ كَبِيرٍ ﴿٩﴾ وَقَالُوا
لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِى أَصْحَابِ السَّعِيرِ
﴿١٠﴾ فَاعْتَرَفُوا بِذَنبِهِمْ فَسُحْقًا لِّأَصْحَابِ السَّعِيرِ
﴿١١﴾ إِنَّ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُم بِالْغَيْبِ لَهُم مَّغْفِرَةٌ
وَأَجْرٌ كَبِيرٌ ﴿١٢﴾ وَأَسِرُّوا قَوْلَكُمْ أَوِ اجْهَرُوا بِهِ ۖ إِنَّهُ

عَلِيمُۢ بِذَاتِ الصُّدُورِ ﴿١٣﴾ أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ
اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ ﴿١٤﴾ هُوَ الَّذِى جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ
ذَلُولًا فَامْشُوا فِى مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِۦ ۖ وَإِلَيْهِ
النُّشُورُ ﴿١٥﴾ ءَأَمِنتُم مَّن فِى السَّمَاءِ أَن يَخْسِفَ بِكُمُ
الْأَرْضَ فَإِذَا هِىَ تَمُورُ ﴿١٦﴾ أَمْ أَمِنتُم مَّن فِى السَّمَاءِ
أَن يُرْسِلَ عَلَيْكُمْ حَاصِبًا ۖ فَسَتَعْلَمُونَ كَيْفَ
نَذِيرِ ﴿١٧﴾ وَلَقَدْ كَذَّبَ الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ فَكَيْفَ
كَانَ نَكِيرِ ﴿١٨﴾ أَوَلَمْ يَرَوْا إِلَى الطَّيْرِ فَوْقَهُمْ صَافَّاتٍ
وَيَقْبِضْنَ ۚ مَا يُمْسِكُهُنَّ إِلَّا الرَّحْمَٰنُ ۚ إِنَّهُۥ بِكُلِّ
شَىْءٍۭ بَصِيرٌ ﴿١٩﴾ أَمَّنْ هَٰذَا الَّذِى هُوَ جُندٌ لَّكُمْ
يَنصُرُكُم مِّن دُونِ الرَّحْمَٰنِ ۚ إِنِ الْكَافِرُونَ إِلَّا فِى
غُرُورٍ ﴿٢٠﴾ أَمَّنْ هَٰذَا الَّذِى يَرْزُقُكُمْ إِنْ أَمْسَكَ
رِزْقَهُۥ ۚ بَل لَّجُّوا فِى عُتُوٍّ وَنُفُورٍ ﴿٢١﴾ أَفَمَن يَمْشِى مُكِبًّا
عَلَىٰ وَجْهِهِۦ أَهْدَىٰ أَمَّن يَمْشِى سَوِيًّا عَلَىٰ صِرَاطٍ

مُّسْتَقِيمٍ ﴿٢٢﴾ قُلْ هُوَ الَّذِىٓ أَنشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ
السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ ۖ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ ﴿٢٣﴾

Bismi-l-lâhi-r-rahmâni-r-rahîm.

1. Tabâraka-l-ladhî bi yadihi-l-mulku wa huwa ‘alâ kulli shay’in qadîr.

2. Al-ladhî khalaqa-l-mawta wa-l-hayâta li yabluwakum ayyukum ahsanu ‘amalâ, wa huwa-l-‘azîzu-l-ghafûr.

3. Al-ladhî khalaqa sab‘a samâwâtin tibâqâ, mâ tarâ fî khalqi-r-rahmâni min tafâwut, fa-rji‘i-l-basara hal tarâ min futûr.

4. Thumma-rji‘i-l-basara karratayni yanqalib ilayka-l-basaru khâsi’an wa huwa hasîr.

5. Wa laqad zayyanna-s-samâ’a-d-dunyâ bi masâbîha wa ja‘alnâhâ rujûmal-li-sh-shayâtîn, wa a‘tadnâ lahum ‘adhâba-s-sa‘îr.

6. Wa li-l-ladhîna kafarû bi rabbihim ‘adhâbu jahannam, wa bi’sa-l-masîr.

7. ‘Idhâ ulqû fîhâ sami‘û lahâ shahîqa-w-wa hiya tafûr.

8. Takâdu tamayyazu mina-l-ghayz, kullamâ ulqiya fîhâ fawjun sa'alahum khazanatuhâ alam ya'tikum nadhîr.

9. Qâlû balâ qad jâ'anâ nadhîrun fa kadhabnâ wa qulnâ mâ nazzala-l-lâhu min shay', in antum illâ fî dalâlin kabîr.

10. Wa qâlû law kunnâ nasma'u aw na'qilu mâ kunnâ fî ashâbi-s-sa'îr.

11. Fa'tarafû bi dhambihim fa suhqa-l-li ashâbi-s-sa'îr.

12. Inna-l-ladhîna yakhshawna rabbahum bi-l-ghaybi lahum maghfiratu-w-wa ajrun kabîr.

13. Wa asirrû qawlakum awi-djharû bih, innahu 'alîmum bi dhâti-s-sudûr.

14. Alâ ya'lamu man khalaqa wa huwa-l-latîfu-l-khabîr.

15. Huwa-l-ladhî ja'ala lakumu-l-'arda dhalûlan fa mshû fî manâkibihâ wa kulû mi-r-rizqih, wa ilayhi-n-nushûr.

16. A'amintum-man fi-s-samâ'i ay-yakhsifa bikumu-l-'arda fa idhâ hiya tamûr.

17. Am amintum-man fi-s-samâ'i ay-yursila 'alaykum hâsibâ, fa sata'lamûna kayfa nadhîr.

18. Wa laqad kadhdhaba-l-ladhîna min qablihim, fa kayfa kâna nakîr.

19. Awalam yaraw ila-ṯ-ṯayri fawqahum s̱âffâti-w-wayaqbiḏn, mâ yumsikuhunna illa-r-raẖmân, innahû bi kulli shay'im bas̱îr.

20. Amman hâdha-l-ladhî huwa jundu-l-lakum yans̱urukum min dûni-r-raẖmân, ini-l-kâfirûna illâ fî ghurûr.

21. Amman hâdha-l-ladhî yarzuqukum in amsaka rizqah, bal-lajjû fî 'utuwwi-w-wa nufûr.

22. Afamay-yamshî mukibban 'alâ wajhihî ahdâ ammay-yamshî sawiyyan 'alâ s̱irâṯi-m-mustaqîm.

23. Qul huwa-l-ladhî ansha'akum wa ja'ala lakumu-s-sam'a wa-l-'abs̱âra wa-l-'af'idah, qalîlan mâ tashkurûn.

24. Qul huwa-l-ladhî dhara'akum fi-l-'arḏi wa ilayhi tuẖsharûn.

25. Wa yaqûlûna matâ hâdha-l-wa'du in kuntum s̱âdiqîn.

26. Qul innama-l-'ilmu 'inda-l-lâhi wa innamâ ana nadhîru-m-mubîn.

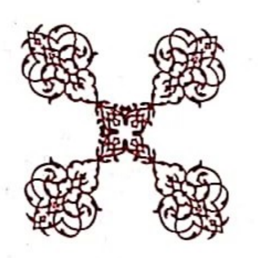
27. Fa lammâ ra'awhu zulfatan sî'at wujûhu-l-ladhîna kafarû, wa qîla hâdha-l-ladhî kuntum bihî tadda'ûn.

28. Qul ara'aytum in ahlakaniya-l-lâhu wa ma-m-ma'iya aw rahimanâ, fa may-yujîru-l-kâfirîna min 'adhâbin alîm.

29. Qul huwa-r-rahmânu âmannâ bihî wa 'alayhi tawakkalnâ, fa sata'lamûna man huwa fî dalâli-m-mubîn.

30. Qul ara'aytum in asbaha mâ'ukum ghawran fa may-ya'tîkum bi mâ'im-ma'în.

Temps écoulé : 4 min



Références

Invocations du matin et soir

1. ☼|☾ Al-Hâkim, t.1 p.562 ; al-Albânî l'authentifie dans *Sahîh al-targhîb*, t.1 p.273. Il l'attribue à al-Nasâ'î et à al-Tabarânî, et dit que la chaîne de transmission de ce dernier est bonne.

Mérite : celui qui récite cette formule à son réveil sera protégé des djinns jusqu'au soir ; celui qui le récite le soir en sera protégé jusqu'au matin.

2. ☼|☾ Abû Dâwud et al-Tirmidhî ; voir *Sahîh al-Tirmidhî*, t.3 p.182.

Mérite : celui qui récite ces sourates à trois reprises le matin et le soir y trouvera une protection suffisante contre toute chose.

3. ☼|☾ Muslim n°6908, éd. al-Hadîth.

4. ☼|☾ Al-Tirmidhî ; voir *Sahîh al-Tirmidhî*, t.3 p.142.

5. ☼|☾ Al-Bukhârî, t.7 p.150, al-Nasâ'î n°9752 et al-Tirmidhî n°3391.

Mérite : celui qui dit cette formule avec certitude, matin et soir, puis meurt, ira au Paradis.

6. ☼|☾ Abû Dâwud, t.4 p.317, al-Bukhârî dans *al-Adab al-mufrad*, al-Nasâ'î dans *'Amal al-yawm wal-layla* et Ibn al-Sunnî ; le cheikh Ibn Bâz juge la chaîne de transmission d'Abû Dâwud et d'al-Nasâ'î fiable dans *Tuhfat al-akhyâr*, p.26.

Mérite : Quiconque répète ces formules le matin et le soir à quatre reprises, Allah l'affranchira de l'Enfer.

7. ☼|☾ Abû Dâwud, t.4 p.318, al-Nasâ'î dans *'Amal al-yawm wal-layla* n°7, Ibn al-Sunnî n°41 et Ibn Hibbân dans *Mawârid* n°2361 ; Ibn Bâz juge la chaîne de transmission fiable dans *Tuhfat al-akhyâr*, p.24.

Mérite : quiconque répète cette formule matin et soir s'acquitte de la gratitude qui lui incombe en ce jour et en cette soirée.

8. ☼|☾ Abû Dâwud, t.4 p.324, Ahmad, t.5 p.42, al-Nasâ'î dans *'Amal al-yawm wal-layla* n°22, Ibn al-Sunnî n°69 et al-Bukhârî dans *al-Adab al-mufrad* ; Ibn Bâz juge la chaîne de transmission fiable dans *Tuhfat al-akhyâr*, p.26.

9. ☼|☾ Ibn al-Sunnî le rapporte dans un hadith qui remonte au Prophète ﷺ (*marfû'*) n°71 et Abû Dâwud dans un hadith *mawqûf*, t.4 p.321 ; Shu'ayb et 'Abd al-Qâdir al-Arna'ût jugent la chaîne de transmission authentique. Voir *Zâd al-ma'âd*, t.2 pp.54-55, éd. al-Hadîth.

Mérite : quiconque formule ces mots à sept reprises matin et soir, Allah lui épargnera les soucis du monde et de l'au-delà.

10. ☼|☾ Abû Dâwud et Ibn Mâjah ; voir *Sahîh Ibn Mâjah*, t.2 p.332.

11. ☼|☾ Al-Tirmidhî et Abû Dâwud ; voir *Sahîh al-Tirmidhî*, t.3 p.142.

12. ☼|☾ Al-Tirmidhî, t.5 p.465, Ibn Mâjah et Ahmad ; voir *Sahîh Ibn Mâjah*, t.2 p.332. Le cheikh Ibn Bâz juge la chaîne de transmission fiable dans *Tuhfat al-akhyâr*, p.29.

Mérite : quiconque répète ces formules à trois reprises matin et soir sera protégé du mal de toute chose. Dans la version d'Abû Dâwud, t.4 p.323, on lit : « Celui qui les formule à trois reprises le matin ne sera surpris par aucune épreuve jusqu'à la nuit ; celui qui les formule la nuit à trois reprises n'aura aucune mauvaise surprise jusqu'au matin ».

13. ☼|☾ Ahmad, t.4 p.337, al-Nasâ'î dans *'Amal al-yawm wal-layla* n°4, Ibn al-Sunnî n°68 et al-Tirmidhî, t.5 p.465 ; Ibn Bâz juge la chaîne de transmission fiable dans *Tuhfat al-akhyâr*, p.39. Abû Dâwud le rapporte, t.4 p.318, en ces termes : « …et Muhammad comme Prophète. Mais si l'évocateur dit : et Muhammad comme Prophète et Messager, il n'y a aucun mal ».

Mérite : celui qui répète ces paroles à trois reprises matin et soir aura droit à ce qu'Allah le satisfasse au Jour de la Résurrection.

14. Al-Hâkim qui l'authentique ; al-Dhahabî le confirme. Al-Albânî le juge authentique dans *Sahîh al-targhîb wal-tarhîb*, t.1 p.273.

15. Abû Dâwud, t.4 p.322 ; Shu'ayb et 'Abd al-Qâdir al-Arna'ût jugent la chaîne de transmission fiable dans *Zâd al-ma'âd*, t.2 pp.50-51, éd. al-Hadîth.

16. Ahmad, t.3 pp.406-407, t.5 p.123, et Ibn al-Sunnî dans *'Amal al-yawm wal-layla* n°34 ; voir *Sahîh al-jâmi'*, t.4 p.209.

17. Muslim.

Mérite : quiconque répète cette formule à cent reprises, matin et soir, personne au Jour de la Résurrection ne viendra avec une meilleure œuvre, sauf celui qui l'aura répétée davantage.

18. [100 fois] : al-Bukhârî et Muslim.

Mérite : quiconque formule ces paroles à cent reprises le même jour recevra la même récompense que celui qui affranchit dix esclaves, aura cent bonnes actions, cent péchés lui seront effacés, ce sera une protection contre le diable jusqu'au soir et personne ne viendra avec une meilleure œuvre, sauf celui qui les aura prononcées davantage.

[10 fois] : al-Nasâ'î dans *'Amal al-yawm wal-layla* n°24 ; al-Albânî juge la chaîne de transmission

authentique dans Sa*h*î*h* *al-targhîb wal-tarhîb*, t.1 p.272.

Mérite : quiconque répète ces formules dix fois au matin, Allah lui inscrit cent bonnes actions, lui efface cent péchés, cela lui équivaut à l'affranchissement d'un esclave et il sera protégé en ce jour jusqu'au soir. Celui qui fait la même chose le soir aura la même chose. A*h*mad n°8704 ; Ibn Bâz juge la chaîne de transmission fiable dans *Tu*h*fat al-akhyâr*, p.44.

[1 fois en cas de paresse] : Abû Dâwud, t.4 p.319, Ibn Mâjah et A*h*mad, t.4 p.60 ; al-Albânî le juge authentique dans Sa*h*î*h* *al-targhîb wal-tarhîb*, t.1 p.270. Voir aussi Sa*h*î*h* *Abî Dâwud*, t.3 p.957, Sa*h*î*h* *Ibn Mâjah*, t.2 p.331 et *Zâd al-ma'âd*, t.2 p.56, éd. al-Hadîth.

Mérite : celui qui dit cette parole le matin, cela équivaudra pour lui à l'affranchissement d'un enfant d'Ismâ'îl, on lui inscrira dix bonnes actions, on lui ôtera dix péchés, on l'élèvera de dix degrés et il sera protégé du Diable jusqu'au soir. S'il la dit le soir, il aura la même chose jusqu'au matin.

18. ☾ A*h*mad, t.2 p.290, al-Nasâ'î dans *'Amal al-yawm wal-layla* n°590 et Ibn al-Sunnî n°68 ; al-Albânî le juge authentique dans Sa*h*î*h* *Ibn Mâjah*,

t.2 p.266, et *Sahîh al-Tirmidhî*, t.3 p.187. Ibn Bâz juge la chaîne de transmission fiable dans *Tuhfat al-akhyâr*, p.45.

Mérite : celui qui formule ces paroles le soir à trois reprises sera protégé contre le poison.

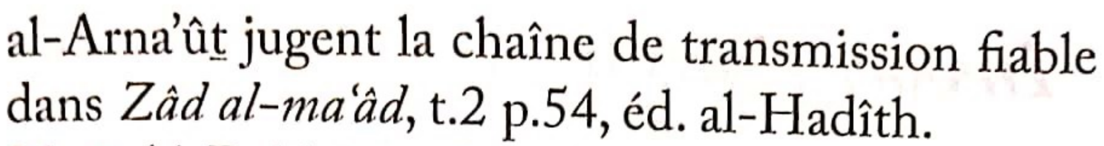
19. ☀ Muslim.

Mérite : un jour, le Prophète ﷺ sortit de chez Juwayriya ؓ après avoir prié le *subh*. Elle était dans son lieu de prière. En matinée (*dûhâ*), il revint et la trouva encore assise. Il dit alors : « Tu es encore dans l'état dans lequel je t'ai quittée ? » Elle répondit : « Oui ». Il dit alors : « J'ai certes dit après toi quatre paroles à trois reprises ; si on les pesait avec ce que tu as dit depuis aujourd'hui, elles seraient plus lourdes ». Il cita alors ces formules…

19. ☾ Al-Tabarânî ; al-Haythamî dit dans *Majma' al-zawâ'id*, t.10 p.120 : « Rapporté par al-Tabarânî selon deux chaînes de transmission, dont l'une est bonne ». La chaîne est jugée fiable par al-Albânî dans *Sahîh al-targhîb wal-tarhîb*, t.1 p.273.

Mérite : celui qui prie sur le Prophète ﷺ à dix reprises matin et soir bénéficiera de son intercession au Jour de la Résurrection.

20. ☀ Ibn al-Sunnî dans *'Amal al-yawm wal-layla* n°54 et Ibn Mâjah n°925 ; Shu'ayb et 'Abd al-Qâdir



al-Arna'ût̲ jugent la chaîne de transmission fiable dans *Zâd al-ma'âd*, t.2 p.54, éd. al-Hadîth.

21. ❋ Al-Bukhârî et Muslim.

22. ❋ Al-T̲abarânî ; al-Haythamî dit dans *Majma' al-zawâ'id*, t.10 p.120 : « Rapporté par al-T̲abarânî selon deux chaînes de transmission, dont l'une est bonne ». La chaîne est jugée fiable par al-Albânî dans *Sah̲îh̲ al-targhîb wal-tarhîb*, t.1 p.273.

Mérite : celui qui prie sur le Prophète ﷺ à dix reprises matin et soir bénéficiera de son intercession au Jour de la Résurrection.



Invocations avant de dormir

1 : [Verset du *Kursî*] Al-Bukhârî.

Mérite : celui qui récite ce verset en se mettant au lit recevra une protection d'Allah et aucun démon ne pourra l'approcher jusqu'au matin.

[Deux derniers versets d'*al-Baqara*] Al-Bukhârî et Muslim.

Mérite : Celui qui récite ces deux versets durant la nuit y trouvera une protection suffisante.

2 : Al-Bukhârî et Muslim.

3 : Abû Dâwud n°5055, jugé authentique par al-Albânî.

Mérite : Réciter cette sourate, puis s'endormir, consiste en une protection contre le polythéisme.

4 : Al-Bukhârî et Muslim.

Mérite : Quiconque se lève de son lit, puis y revient, qu'il le frotte de son pagne à trois reprises et cite le Nom d'Allah, car il ignore qui l'y a succédé. Qu'il s'y allonge, avant de dire…

5 : Muslim et Ahmad.

6 : Abû Dâwud n°5045 ; jugé authentique par al-Albânî.

7 : Al-Bukhârî et Muslim.



8 : Muslim.

9 : . Muslim.

10 : Abû Dâwud n°5067 ; jugé authentique par al-Albânî.

11 : Al-Bukhârî et Muslim.

Mérite : En se mettant au lit, faire les ablutions, se coucher sur le flanc droit, puis dire cette invocation. Celui qui meurt dans cet état meurt en préservant sa nature originelle.

12 : Al-Bukhârî.

Mérite : Prononcer ces paroles en se mettant au lit est préférable que de posséder un domestique.

13 : Al-Nasâ'î dans *al-Sunan al-kubrâ* n°10547 ; jugé fiable par al-Albânî dans *Sahîh al-targhîb wal-tarhîb* n°1475.

Mérite : Celui qui la récite chaque nuit, Allah le protège du châtiment de la tombe.

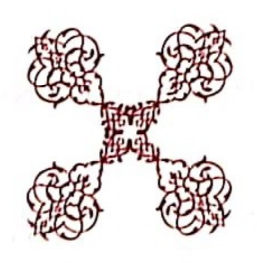


Table des matières